5 MENIT
PAHAM NLP
NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING

Mau Tahu Dunia NLP? Baca ini dulu

Rezky Daniel
No.1 Mind Specialist Expert

TRAINER PROFILE

Pria kelahiran Medan ini telah mendedikasikan sebagian besar hidupnya di dunia pendidikan dan Pengembangan Dunia Pemberdayaan Pikiran. Lelaki yang mendapatkan Penghargaan sebagai Instructor of The Year 2014 dari The Indonesian Board of Hypnotherapy sudah **MENGUASAI HYPNOSIS DAN NLP** sejak Tahun 2007. Di dunia Bisnis, beliau adalah salah satu murid dari ***Mr. Tung Desem Waringin*** (Pelatih Sukses No.1 di Indonesia), ***Mr. James Gwee*** (The Most Favourite Speaker). Tahun 2008, Beliau mendirikan Bimbingan Belajar Smartpro Education (www.SmartproEducation.com), Sebagai Bimbingan Belajar Pertama di Indonesia yang menerapkan Hipnoterapi dan NLP di dalam pembelajarannya, dan tak heran di **TAHUN PERTAMA** bisnisnya, Beliau sudah mencapai omset **Rp 1 Miliar**.

Saat ini, Beliau aktif memberikan Pelatihan NLP dan Hipnoterapi di berbagai kota di Indonesia. Materi yang diajarkan adalah ilmu membumi, dan yang terpenting adalah ilmu ini telah dipraktekkan beliau selama **5 tahun terakhir**.

Tentang Rezky Daniel :

- International Certified Hypnotherapist from IACT, USA.
- Certified Hypnosis & Hypnotherapy Instructor, Trainer & Coach
- Certified Instructor (CI) dari The Indonesian Board of Hypnoterapy (IBH)
- Certified Hypnoterapist (C.Ht) dari The Indonesian Board of Hypnoterapy (IBH)
- Certified Hypnosis (CH) dari The Indonesian Board of Hypnoterapy (IBH).
- Certified Hypno-NLP (C.HNLP) dari De'Miracle 37
- Murid Langung Mr. Tung Desem Waringin melalui TDW University
- Professional Hipnoterapist yang telah berpengalaman menangani ribuan kasus sampai saat ini
- Member of The Indonesian Board Of Hypnotherapy (IBH)
- Member of International Association of Counselors & Therapists (IACT, USA)
- Certified NLP Practicioner dari Neo NLP Society
- Certified NLP Master Practicioner dari Neo NLP Society
- Certified NLP Trainer dari Neo NLP Society
- Author beberapa E-Book (Hypnoparenting & Hypnoteaching)
- Owner Bimbingan Belajar Smartpro Education, pertama yang menerapkan Hipnoterapi dalam pendidikan formal
- Owner & President Indonesia NLP Center
- Owner & President Director Smart Hypnotist Center
- Owner & Director Rezky Daniel Success

AUTHORIZED MEMBER

FOTO-FOTO WORKSHOP

MASTER HYPNOTIST
MASTER HYPNOTIST
TRAINER : REZKY DANIEL CHt, CI

Our Office

INDONESIA NLP CENTER

PT SOBAT INSPIRASI INDONESIA

Jl. Pondok Betung Raya No.87A, Bintaro Sektor 3A, Ruko SmartPro Education. Telp: (021) 737 4496 | 085711449047.

www.pusatnlp.com

TESTIMONIAL PESERTA WORKSHOP

"Dalam berkomunikasi, banyak aspek yang harus diperhatikan karena kita bicara pada orang yang berbeda budaya, karakter, bangsa, dll. Saya mempelajari teknik-tekniknya dalam workshop ini"

(Budi Setiadi, Mahasiswa IPB Bogor)

“Saya sudah pernah mengikuti Pelatihan NLP yang lamanya sampai 100 jam, namun saya justru lebih memahami roh NLP setelah mengikuti Pelatihan Bapak Rezky Daniel. Kemampuannya dalam menyampaikan Materi sangat Luar Biasa”

(Andre – Wakil Ketua Kadin)

"Setelah mengikuti Pelatihan NLP ini, saya menjadi paham mengapa belajar NLP tidak perlu sampai berhari-hari. Belajarnya cukup 2 hari, Prakteknya Seumur Hidup!"

(Verasiska, Manager Utama SmartPro education)

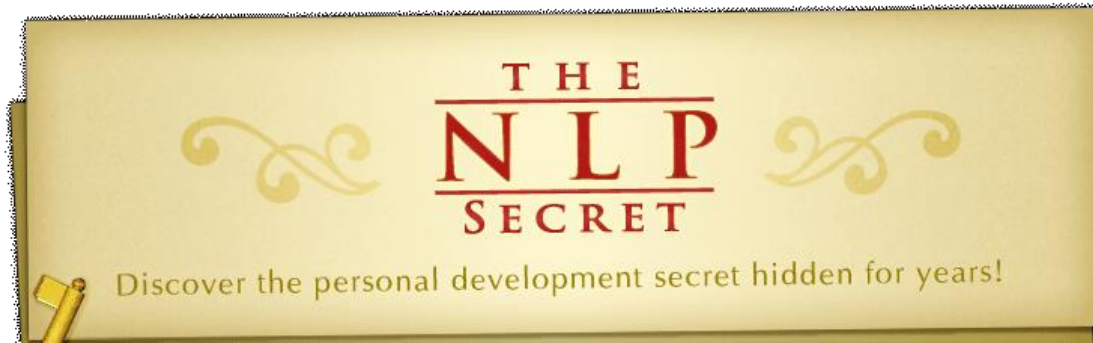
"Salah satu penyesalan terbesar dalam hidup saya adalah kenapa saya tidak mengikuti Pelatihan ini dari dulu."

(Yuda Yana Ginting, PBO Bank Danamon Tbk.)

"Jikalau Anda diharuskan memilih satu Training NLP Terbaik dengan Harga Terjangkau, Pelatihan ini sangat saya rekomendasikan."

(Binsar – Senior Tax Auditor Delloite)

MEREKA SUDAH?

KAPAN GILIRAN ANDA BERGABUNG BERSAMA KAMI?

APA ITU NLP?

Saat ini terdapat banyak sekali pengertian dan pemahaman mengenai apa itu NLP yang merupakan singkatan dari Neuro-Linguistic Programming.

Secara umum NLP dapat diartikan sebagai *"teknologi yang* ***mempelajari struktur internal seseorang*** *dan bagaimana struktur tersebut bisa didesain* ***untuk tujuan yang bermanfaat bagi orang tersebut****."*

NLP juga dapat diartikan berdasarkan kata penyusun dari NLP itu sendiri, yaitu:

- ✓ **Neuro** — mengacu pada otak dan apa yang terjadi dalam pikiran (neuro) kita.
- ✓ **Linguistic** — mengacu pada bahasa dan bagaimana kita dapat memanfaatkannya.
- ✓ **Programming** — mengacu pada hal-hal yang berhubungan dengan pikiran-pikiran, ide-ide, pola-pola dari perilaku kita.

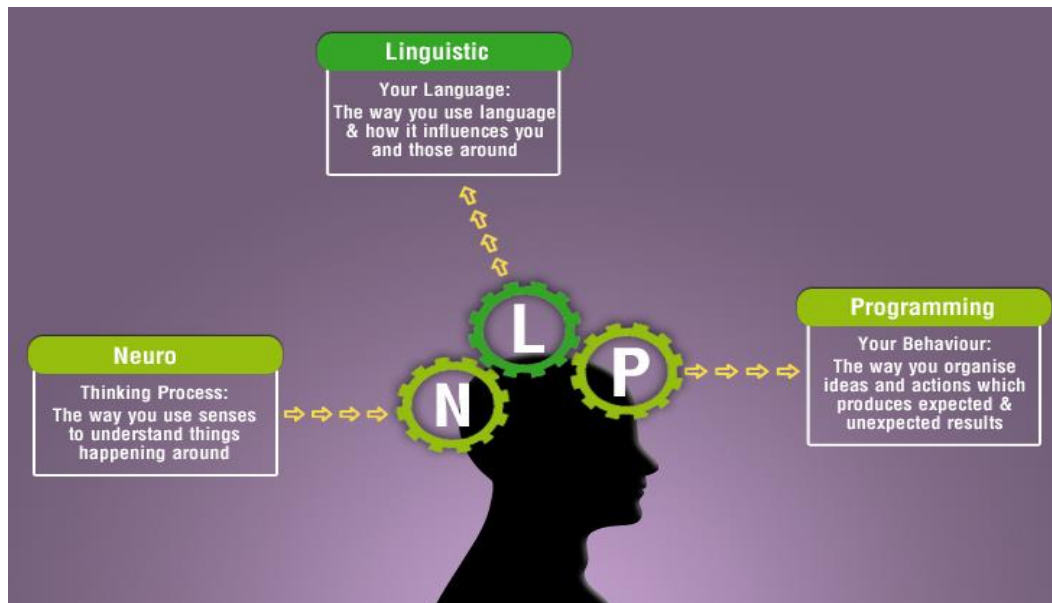
Di dalam NLP, setiap perilaku mempunyai **struktur internal** yang mendukungnya. Jika kita sudah mengenali dan memahami struktur internal ini, maka lebih lanjut,

pemahaman terhadap hal ini dapat digunakan untuk memogram ulang pola-pola perilaku (patterns of behavior) memungkinkan kita untuk mencapai excellence.

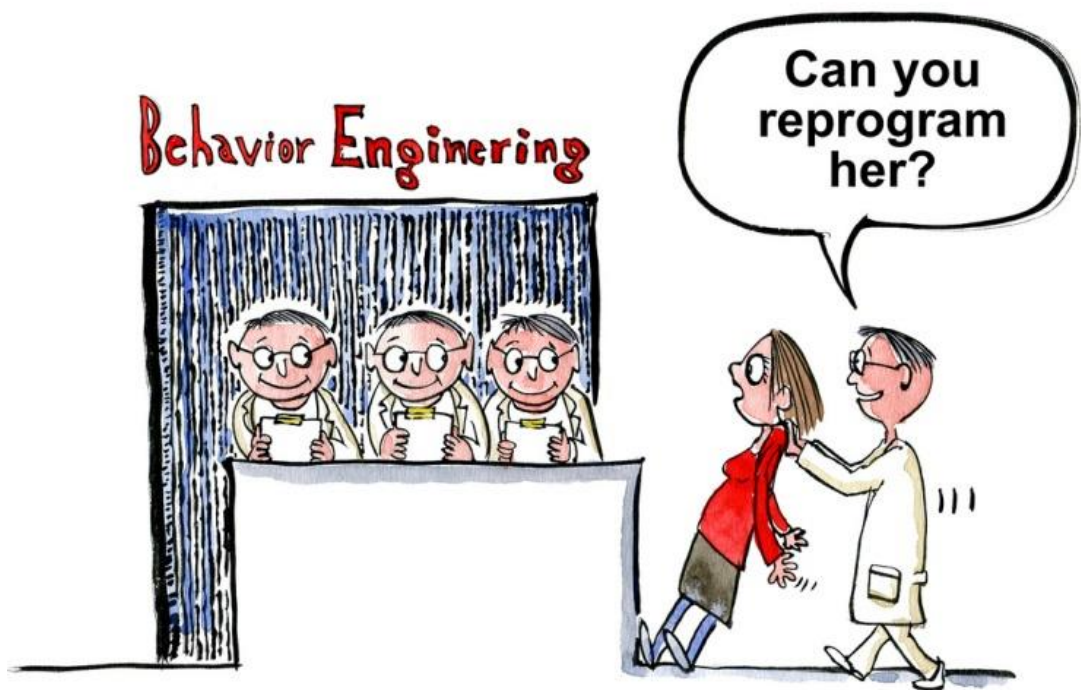
Seperti ungkapan **Dr.Richard Bandler** (co-creator NLP), mendesain struktur internal seseorang, layaknya mendesain sebuah ruangan. Kita bisa memilih apa yang ingin kita letakan di situ, kita bisa merubah letak, visual, suara, pengalaman, bau, rasa, di ruangan tersebut. Menggunakan representasi kelima indera kita, struktur internal seseorang dibangun.

Oleh sebab itu, sebuah proses perubahan di NLP adalah proses mendesain atau mendesain kembali struktur internal seseorang, sesuai yang diinginkan. Di NLP, hal ini disebut sebagai **modeling**. Yang dimaksud modeling di sini dapat dipahami sebagai seseorang dengan model internal yang tidak bermanfaat atau tidak sesuai keinginannya memodel atau mencontoh model internal yang sesuai yang diinginkannya.

NLP sering disebut sebagai teknologi yang mempelajari operasional dunia secara subyektif, karena dunia internal seseoranglah yang kemudian mempengaruhi pengalamannya di dunia eksternal. Jadi prinsip sederhananya adalah bagaimana mendesain secara subyektif dunia internal seseorang, untuk mendapatkan hasil yang diinginkan di dunia eksternal.

Lebih Jauh Tentang Pengertian NLP

Neuro sederhananya adalah cara berpikir. Cara mengambil informasi dari dunia luar, cara memfilternya, cara memproses informasi, cara memproduksi tindakan, dan lain-lain. Dalam 'neuro' terdapat berbagai hal yang menjadi referensi kita berpikir dan bertindak, yang disebut Peta Realita dan Model Dunia. Keduanya berdasarkan apa yang pernah kita pelajari dan ketahui sepanjang hidup, karena itu bersifat subyektif. Dengan merubah cara berpikir atau cara kita memproses informasi, memperluas peta realita, memperkaya model dunia, kita pun merubah perilaku dan merubah hasil kita.

Linguistic adalah bahasa. Cara memproses bahasa yang kita inderakan, dan bahasa yang kita pakai baik secara internal (inner talk) atau eksternal (berbicara). Bahasa mempengaruhi pikiran, dan bahasa dipengaruhi cara berpikir. Merubah cara kita memproses bahasa dan berbahasa, kita pun merubah tindakan kita, dan merubah pula hasil kita.

Programming adalah berbagai program atau strategi kita dalam berpikir dan berperilaku. Ini adalah tahapan-tahapan kita dalam berpikir dan bertindak. Ada strategi yang efektif ada yang tidak. Perubahan hasil sangat tergantung dari program atau strategi kita. Rubah strategi, rubah hasil.

Behavior Engineering
Can you reprogram her?
By HikingArtist.com

4 Pillar NLP

Ketika NLP dikenal sebagai ilmu untuk pengembangan diri manusia, NLP meletakan fondasi dasar dalam 4 pillar penting yang menjadi **Attitude** bagi setiap praktisi, yaitu

1. **Outcome**
2. **Sensory Acuity**
3. **Behavior Flexibility**
4. **Rapport**

Outcome (Hasil Dari Sebuah Tindakan)

Praktisi dituntut untuk mengenali hasil dari setiap tindakan yang sedang berlangsung, dengan mengenali outcome yang akan terjadi membantu setiap praktisi berada pada jalur/ Track yang tepat menuju target yang diinginkan.

Sensory Acuity (Kepekaan Indrawi)

Setiap manusia memiliki Indra(Penglihatan, Pendengaran, Penciuman, Perasa, Pengecapan) sebagai modal dasar dalam merekam informsi dari luar dan masuk kedalam otak manusia. Kepekaan indrawi menjadi penting dan dijadikan sebuah attitude bagi praktisi karena dengan begitu manusia mampu mengenal dan merespon lebih baik terhadap situasi yang terjadi.

Behavior Flexibility (Prilaku yang Fleksibel)

Mengacu pada fleksibilitas dalam mencapai suatu tujuan, tidak terpaku pada satu hal, tetapi membuka berbagai macam opsi/pilihan yang membuat pencapaian tujuan menjadi lebih mudah

Rapport

Rapport dalam NLP merupakan suatu kondisi dimana terjadinya “Unconscious Responsiveness”, yaitu suatu kondisi terciptanya kenyamanan/sinkronisasi pada tingkatan “Unconscious” baik pada diri sendiri atau dengan orang lain. dengan kata lain Rapport bisa diartikan sebagai “connectedness” (keterhubungan).

Ke-Empat Pillar ini menjadi suatu pedoman prilaku yang sangat penting bagi praktisi, dengan mengadposi dari 4 pillar ini, manusia diharapkan menjadi lebih “berdaya”.

Berbagai Prinsip NLP

“NLP singkatnya adalah teknologi berpikir, berbahasa, berstrategi, bertindak, untuk mencapai hasil yang kita inginkan.”

MODELING

NLP adalah teknologi modeling. Dimana apabila seseorang bisa melakukan sesuatu, dan kita bisa mencacah strategi mentalnya, kita bisa mengikuti strategi yang sama untuk mencapai hasil yang sama di konteks kita.

NLP dipenuhi oleh berbagai prinsip dan teknik sukses, yang dimodel dari berbagai orang-orang sukses dari berbagai bidang atau konteks. Semuanya diformulasikan dalam presuposisi NLP dan teknik-teknik NLP. Mempelajari NLP juga berarti kita mempelajari cara memodel sukses yang kita inginkan atau mempermudah kita untuk mendapatkan model sukses yang kita inginkan.

RAPPORT

Rapport adalah salah satu prinsip dan teknik komunikasi dan membangun hubungan yang paling populer di dunia hingga saat ini. Rapport menyangkut hubungan dengan diri sendiri maupun orang lain.

Rapport dibangun dengan prinsip **pacing-leading** dan **matching-mirroring**. Prinsip pacing berarti menyamakan atau menyesuaikan. Pemahaman praktisnya adalah 'menyamakan frekuensi'. Dengan penyamaan ini, tahap berikutnya, yakni 'leading' bisa dilakukan.

Tahap pacing bisa dilakukan dengan prinsip matching-mirroring. Prinsip ini dijalankan dengan melakukan berbagai penyesuaian dalam posisi tubuh, gerak-gerik, verbal, mimik, dll.

President Barack Obama melakukan Matching-Mirroring

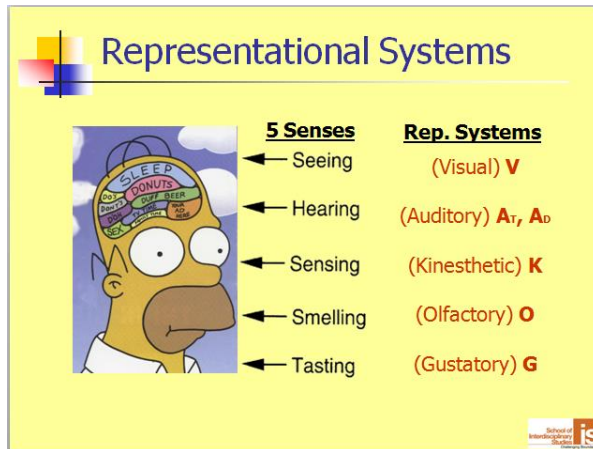
ANCHOR

Perilaku manusia mengikui pola stimulus-respon, dimana perilaku manusia dipicu oleh stimulan tertentu. Di NLP ini dipelajari melalui struktur internal, yakni apa yang mengawali sebuah perilaku, misalnya apa yang dilihat, didengar, dialami, dll.

Pemicu yang telah terbentuk untuk sebuah perilaku secara berulang atau yang menjadi habit (entah dianggap baik atau buruk - dalam bahasa NLP: bermanfaat atau tidak), disebut sebagai Anchor. Misalnya secara habit, dengan melihat sesuatu seseorang menjadi takut. Atau dengan mendengar sesuatu, seseorang menjadi percaya diri.

Anchor tercipta bisa secara tidak disadari, bisa juga dikreasikan secara sengaja. Anchor dikenali, dievaluasi, diruntuhkan, atau diciptakan, menggunakan kelima indera, sebagai komponen internal strukturnya.

Saat Polisi menjadi anchor

SISTEM REPRESENTASIONAL

Manusia menangkap informasi dari dunia eksternal melalui kelima indera, yaitu :

- **visual** (penglihatan)
- **auditory** (pendengaran)
- **kinesthetic** (perasa)
- **olfactory** (penciuman)
- dan **gustatory** (pengecap).

Dan untuk bisa menimbulkan pemahaman terhadap dunia luar tersebut, seseorang perlu mempunyai representasi dunia luar tersebut di dalam pikirannya. Ia entah harus punya sebuah bentuk visual yang bisa dipahami atau bisa disimpulkan sebagai apa, bentuk kata-kata yang punya makna tertentu, dll.

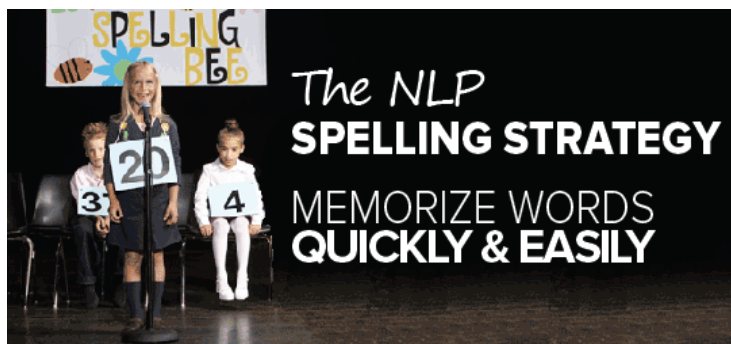
Bagaimana pikiran kita membuat perwakilan dunia luar ini disebut Sistem Representasional. Perwakilan di dalam dunia internal manusia ini juga menggunakan kelima indera. Jadi ada seseorang yang dilihat di dunia luar, lalu ada bentuk orang tersebut di dunia internal. Atau ada seseorang di dunia luar, lalu ada persepsi mengenai orang tersebut di pikiran kita.

Berbagai perilaku dan perasaan manusia terhadap sesuatu atau seseorang, dipengaruhi bagaimana kita merepresentasikan sesuatu atau seseorang di pikiran kita. Berarti, apabila kita merubah representasi kita terhadap sesuatu atau seseorang, sikap kita pun berubah.

SUBMODALITY

Setiap representasi mempunyai detil dan spesifik yang bisa dikenali dan dikelola. Visual misalnya mempunyai bentuk, warna, jarak, ketajaman gambar, dimensi (2D atau 3D), ukuran (besar/kecil), dll. Atau suara misalnya mempunyai tempo (cepat/lambat), jarak (jauh/dekat), stereo/mono, dll. Perasaan misalnya punya letak, panas/dingin, keras/lembut, dll.

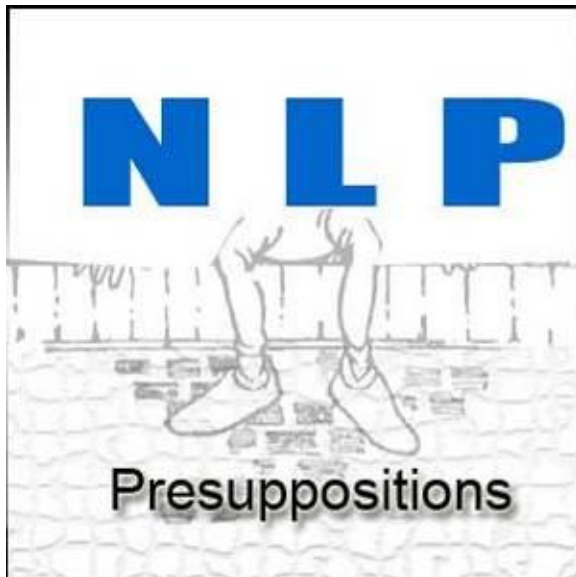
Spesifik atau detil dari representasi tersebut disebut sebagai Submodality. Di NLP, dipelajari bagaimana merubah submodality sebuah pengalaman. Misalnya rasa takut, mempunyai visual yang bisa dievaluasi bentuknya, ukurannya, warna, kejelasan gambar, dll. Dan untuk mempengaruhi rasa takut, submodality-nya bisa diubah. Misalnya ketajaman gambarnya dikurangi, ukurannya diperkecil, jarak dijauhkan, dll.

STRATEGI

Perilaku manusia, dihasilkan oleh struktur berupa tahapan atau sekuens beberapa representasi. Struktur ini disebut sebagai strategi.

Urutan-urutan representasi dalam pikiran manusia, untuk menghasilkan sebuah perilaku tertentu, bisa dievaluasi, menggunakan sistem representasi. Misalnya, seseorang yang berani mengutarakan

pendapatnya, memulai dengan membayangkan (visual) sesuatu dengan kualitas gambar yang sangat tajam dan terang, lalu ia berkata-kata (auditory) di dalam kepalanya "Saya pasti bisa", lalu ia memegang dadanya (kinesthetic), dan perasaan beraninya timbul.

NLP adalah mengenai bagaimana mendapatkan berbagai model internal yang bermanfaat, dan menginstallnya ke orang yang membutuhkan dan menginginkannya.

PRESUPPOSITIONS OF NLP

Seperti halnya berbagai ilmu dan teknologi, NLP pun punya dasar atau landasan berpikir dan bertindak. Dasar atau landasan ini disebut Presuppositions of NLP.

Presuppositions digali, didapatkan dan dirumuskan berdasarkan model-model bermanfaat di berbagai konteks. Presuppositions ini tidak perlu dipertanyakan kebenarannya, hanya diadaptasi dan dihidupi, dan dilihat, dirasakan manfaatnya secara subyektif.

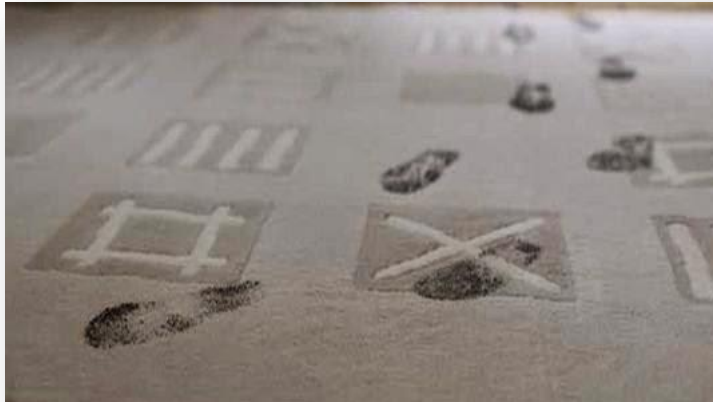
Presuppositions ini juga yang menjadi landasan berbagai prinsip, teknik, metode di NLP.

TEKNIK-TEKNIK NLP

Di NLP terdapat banyak sekali teknik dan metode perubahan yang bermanfaat. Bahkan berbagai teknik baru hasil modifikasi teknik lama terus diciptakan setiap tahun oleh para pengembang maupun peminat NLP.

Di antara berbagai teknik tersebut, yang populer antara lain.

- ✓ Fast Phobia Cure
- ✓ Swish Pattern
- ✓ Changing Belief
- ✓ Changing Personal History
- ✓ Meta Model
- ✓ Meta Program
- ✓ Reframing
- ✓ Six Steps Reframing
- ✓ New Behavior Generator
- ✓ Parts Negotiation
- ✓ Timeline
- ✓ Disney Strategy
- ✓ Perceptual Positions
- ✓ Neurological Level
- ✓ Dan masih banyak lagi

Reframe Therapy

Seperti yang sudah dibahas pada bab sebelumnya, terdapat salah satu teknik yang disebut Reframe Therapy. Reframe bisa dipisahkan menjadi "Re" & "Frame". "Re" dapat diartikan dilakukan kembali dan "Frame" dapat diartikan sebagai bingkai. Tujuan Reframe adalah agar kita dapat memaknai kembali suatu "Event" atau Kejadian (konten/meaning) dengan konteks, dan dari persepsi (atau sudut pandang) yang lebih memberdayakan diri kita.

Sebuah Kejadian pada prinsipnya adalah Netral , yang membuatnya bernilai positif atau negatif adalah Emosi atau Perasaan dari seseorang yang melihat, mendengar atau merasakannya (termasuk yang mencium atau mengecap) sehingga kejadian itu menghasilkan sebuah realitas di pikiran orang tersebut yang menyebabkan kejadian itu adalah positif atau negatif.

Berikut ini adalah Contoh Nyata yang pernah dilakukan oleh seorang Psikolog terkenal yang bernama Virginia Satir dalam sebuah sesi terapinya. Cerita ini sudah sangat diketahui oleh banyak orang, bagi anda yang sudah membacanya, semoga dapat belajar kembali.

Ini adalah sebuah kisah nyata tentang seorang Ibu, suaminya dan keempat anak lelakinya. Wanita ini adalah ibu yang sangat tanggap dan cekatan. Ia mampu

mengatasi berbagai pekerjaan rumah tangga, termasuk belanja, memasak, mencuci hingga menjaga kebersihan rumah.

Ibu yang sangat senang dengan kebersihan ini paling tidak suka apabila karpet di rumahnya kotor. Padahal di rumahnya ia memiliki 5 anggota keluarga yang semuanya adalah laki-laki (suami dan keempat anak laki-lakinya). Dari kelima anggota tersebut, mungkin hanya satu orang saja yang memahami peraturan bahwa Ia tidak suka karpet kotor. Tentu saja hal ini membebaninya; keingin sebuah karpet yang selalu bersih.

Untuk mengatasi hal ini, keluarga wanita tersebut menyarankan agar dirinya bertemu dengan psikolog bernama Virginia Satir. Psikolog ini lalu mendengarkan cerita wanita tersebut dengan saksama. Kemudian sambil tersenyum, Virgina berkata, "Sekarang, Ibu tutup mata Ibu dan bayangkan apa yang saya katakan."

Wanita itu kemudian menutup kedua matanya. Ia mendengarkan instruksi dari sang psikolog, "Bayangkan rumah Ibu yang rapi dan karpet Ibu yang bersih mengembang, tak bernoda sedikitpun, tanpa kotoran, tanpa jejak sepatu, bagaimana perasaan Ibu?"

Sambil tetap menutup mata, sentum Ibu itu merekah, mukanya yang murung berubah cerah. Ia tampak senang dengan bayangan yang dilihatnya.

Virginia Satir melanjutkan, "Itu artinya tidak ada seorang pun di sisi Ibu. Tak ada suami, tak ada anak-anak, tak terdengar gurau canda dan tawa ceria mereka. Rumah Ibu sepi dan kosong tanpa orang-orang yang Ibu kasihi."

Mendengat apa yang dikatakan oleh Virginia, seketika wajah sang Ibu berubah keruh. Senyumnya seketika menghilang. Napasnya terburu seolah terisak. Ada guncangan dalam perasaannya serta langsung merasa gelisah memikirkan suami dan anaknya di rumah.

"Sekarang lihat kembali karpet itu. Ibu melihat jejak sepatu dan kotoran di sana. Artinya, suami dan anak-anak Ibu ada di rumah; orang-orang yang Ibu cintai ada bersama Ibu dan kehadiran mereka menghangatkan hati Ibu," ujar Virginia.

Ibu itu mulai senyum kembali. Ia bisa membayangkan hal di rumahnya kembali membaik.

"Sekarang bukalah mata Ibu", kata Virgnia. Lalu Ibu itu membuka matanya.

"Bagaimana, apakah karpet kotor masih menjadi masalah buat Ibu?"

Ibu itu tersenyum dan menggelengkan kepala.

"Aku tahu maksud Anda," ujar sang Ibu. "Jika kita melihat dengan sudut yang tepat maka hal yang tampak negatif dapat dilihat secara positif," simpulnya.

Jadi perhatikan lagi masalah yang sedang anda hadapi,

Apakah hal itu benar-benar sebuah masalah atau Pikiran anda sendiri yang menyimpulkan sesuatu itu adalah sebuah masalah?

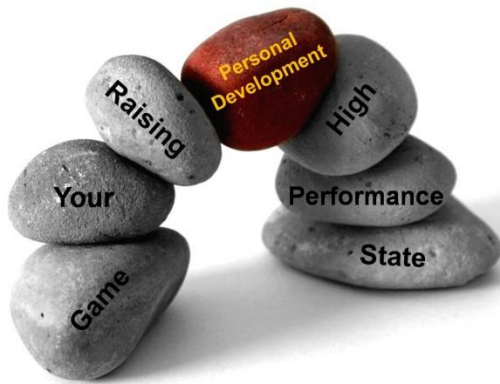
Sejarah Singkat NLP

NLP dikreasikan bersama oleh Dr.Richard Bandler dan Prof. John Grinder di tahun 1972. Saat itu, keduanya memodel dan memetakan struktur berpikir dan perilaku para praktisi perubahan perilaku yang sukses, di antaranya Milton Erickson, sang Bapak Hipnosis Modern, Virginia Satir, terapis handal, dan Fritz Perls, praktisi Gestalt.

Keduanya kemudian lebih lanjut memodel tokoh-tokoh sukses di berbagai bidang, untuk mendapatkan model-model struktur internal yang paling bermanfaat untuk bisa dimodel siapapun. Semua kualitas cemerlang ini dipetakan ke dalam sebuah konsep yang kemudian dinamakan dengan NLP.

Sejak era 1970-an ini NLP telah dikembangkan dan dimodifikasi oleh berbagai praktisinya, dan aplikasinya meluas di berbagai bidang kehidupan. Dunia kemudian mengenal tokoh NLP seperti Robert Dilts, Steve dan Conirae Andreas, Tad James, dan lain-lain.

Bandler kemudian mengembangkan Design Human Enginerring (DHE), Neuro-Hypnotic Repaterning, sedangkan Grinder mengembangkan New Code.

Manfaat NLP

NLP telah lulus uji waktu selama kurang lebih 3 dekade, dan saat ini tetap menjadi sebuah teknologi unggulan yang dipergunakan dalam berbagai bidang - bisnis, kepemimpinan, manajemen, komunikasi, pemasaran, penjualan, pengembangan diri individu, olahraga, konseling, terapi, dan lain-lain.

Berikut ini hanya beberapa dari manfaatnya :

- Hidup lebih bahagia, lebih menikmati hidup, dan berorientasi tujuan yang jelas
- Mampu mengelola diri dengan lebih baik, termasuk lebih cerdas secara emosional
- Meningkatkan kinerja di profesi apapun (bisnis, olahraga, entertainment, dll)
- Mempunyai kemampuan komunikasi, membangun hubungan, dan daya pengaruh lebih tinggi, termasuk dalam konteks pribadi, hubungan pria-wanita, pekerjaan, tim, penjualan, negosiasi, dan lain-lain
- Mampu mengatasi tantangan emosional dengan lebih cepat dan mudah – seperti trauma, fobia, kegagalan, kesedihan, kemarahan, kekecewaan, dan lain-lain
- Mempunyai tingkat kreatifitas yang meningkat
- Mempunyai kehidupan seksual dan hubungan antar pasangan lebih baik
- Mampu memimpin dan mengelola orang lain dengan lebih baik dan efektif
- Mampu menyelesaikan masalah dan membuat keputusan lebih cepat dan efektif
- Mampu membantu/mengarahkan orang lain dalam konteks training/pelatihan, coaching, konseling, terapi, belajar-mengajar, dengan lebih cepat, tepat, dan efektif
- Dan masih banyak lagi!

Tanya Jawab seputar NLP

Tanya: Apakah NLP bisa merubah hidup saya?

Jawab: yang memastikan perubahan tersebut adalah diri sendiri. NLP hanya menyediakan berbagai prinsip, konsep, teknik, strategi yang bisa membantu setiap orang untuk mencapai kinerja maksimal untuk diri sendiri. Tanggung jawab pencapaian adalah di tangan orangnya.

Tanya: Apakah saya sudah harus pernah belajar NLP untuk bisa ikut program Praktisi NLP? Apakah pemula yang mulai dari nol juga bisa?

Jawab: semua orang yang ingin belajar NLP boleh ikut mendaftarkan diri dan berpartisipasi di program praktisi. Di dalam program Praktisi, Anda akan tetap belajar dari dasar lagi.

Tanya: Apakah NLP sama dengan ilmu-ilmu motivasi yang ada sekarang?

Jawab: memotivasi diri adalah salah satu hal yang dipelajari di NLP, bukan satu-satunya. Bedanya juga adalah di NLP, dipelajari struktur internal untuk memotivasi diri, yang berarti seseorang bisa memotivasi diri sendiri. Banyak sekali hal lainnya yang dipelajari di NLP seperti komunikasi, kecerdasan emosional, perubahan belief, strategi berpikir dan bertindak, modeling sukses, dan lain-lain. Dengan belajar dan mengaplikasikan NLP, seseorang dapat memotivasi dirinya sendiri.

Tanya: Apakah semua prinsip dan teknik di NLP dijamin akan efektif dan berhasil? Apakah NLP menjamin akan membuat pembelajarnya mencapai semua yang diinginkan?

Jawab: Tidak. NLP tidak menjamin itu. Yang menjamin itu adalah orang yang mempelajari dan mengaplikasikan NLP. NLP adalah sebuah media, sumber daya, alat

bantu. Orang yang mengaplikasikannyalah yang akan menjamin pencapaian hasil yang diinginkan. Dan di NLP tidak pernah dijanjikan manusia akan mencapai semua yang diinginkan. Akan tetapi dengan mengaplikasikan NLP, seseorang bisa mencapai lebih banyak hal yang diinginkan, lebih sering.

Tanya: Apakah bedanya NLP dengan ilmu-ilmu pengembangan diri lainnya? Yang mana yang terbaik? Apa beda NLP dengan psikologi?

Jawab: Dalam NLP, semuanya dinilai berdasarkan manfaat di konteks masing-masing. Yang disebut terbaik adalah terbaik di sebuah titik waktu, di sebuah konteks, saat prinsip atau teknik atau alat bantu tersebut diakses dan digunakan. Jadi tidak ada perbandingan lurus dan mutlak untuk semua ilmu pengembangan diri. NLP lebih mengandalkan dan berorientasi pada tujuan atau apa yang diinginkan. Sementara beberapa konsep pengembangan diri mengandalkan pengobatan masa lalu. Lalu di NLP tidak dikenal pengkotakan manusia atau tidak ada konsep kepribadian. Di beberapa konsep pengembangan diri, manusia perlu dibagi ke dalam berbagai jenis kepribadian atau karakter untuk bisa dibantu dengan strategi tertentu. Bahkan di NLP, content atau 'masalah'-nya seringkali tidak diperlukan dalam proses Coaching, misalnya.

Tanya: Apa hubungan NLP dengan Hipnosis? Kenapa di setiap pelatihan NLP seolah harus ada pelajaran Hipnosis? Kalau saya tidak mau belajar Hipnosis apakah saya masih bisa belajar NLP?

Jawab: NLP awalnya dikreasikan dengan salah satu modelnya adalah Hipnosis. Salah satu model yang sangat kuat dalam NLP adalah Milton Model, yang merupakan model komunikasi yang diciptakan oleh Milton Erickson, seorang punggawa dunia Hipnosis. Akan tetapi bukan berarti NLP adalah Hipnosis dan bukan berarti semuanya di NLP harus dilakukan dengan Hipnosis. Apabila yang dimaksudkan dengan Hipnosis adalah komunikasi dengan bawah sadar, maka jangankan NLP, kehidupan kita pun setiap saat berhubungan dengan Hipnosis. Pembelajaran di NLP hanyalah memetakan strukturnya,

agar bisa dimanfaatkan secara efektif untuk mencapai tujuan tertentu, seperti lebih percaya diri, terbebas dari gangguan emosional tertentu, dan lain-lain. Sedangkan kalau yang dimaksudkan dengan Hipnosis adalah proses melakukan induksi (membuat seseorang masuk ke dalam trance state / rileks), lalu melakukan proses penginstalan sugesti, maka di NLP banyak sekali teknik yang tidak memerlukan itu.

Tanya: Apakah menjadi Praktisi NLP berarti saya menentang prinsip agama? Sebab saya pernah mendengar bahwa NLP termasuk dalam gerakan 'New Wave' yang hanya mau mengandalkan diri sendiri dan tidak mengandalkan Tuhan lagi?
Jawab: Di NLP dipelajari bagaimana mencapai diri yang gemilang dan mencapai tujuan sesuai yang kita inginkan. Bedakan antara mengandalkan diri sendiri dengan mengabaikan Tuhan. Seseorang yang mengandalkan diri sendiri dan bertanggung jawab terhadap apa yang diri sendiri pikirkan dan lakukan, justru sedang menghormati Sang Pencipta, dengan memaksimalkan potensi yang telah dikaruniakan.

NEO – NLP CERTIFICATION WORKSHOP

Authorized Training of :

Neo NLP Society

LEVEL 1 – CERTIFICATION PRACTITIONER

Outcome / Goals :

Di akhir training, peserta akan membawa pulang hal-hal berikut ini:

- ✓ Memahami bagaimana secara kognitif basis setiap orang membentuk realitas subjektif dan bagaimana hal itu memengaruhi responnya ketika berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan.
- ✓ Memahami bagaimana sistem keyakinan memengaruhi kesuksesan kita, serta dapat mengadopsi sistem keyakinan yang tepat untuk sukses.
- ✓ Meningkatkan ketrampilan observasi dan mendengarkan.
- ✓ Berperilaku fleksibel sehingga dapat memilih sikap atau perilaku yang efektif ketika berhubungan dengan orang lain ataupun ketika berada dalam situasi-situasi tertentu.
- ✓ Cakap membangun rapport dengan cepat.
- ✓ Menggali informasi lebih efektif dan jeli.
- ✓ Terampil menggunakan bahasa untuk melakukan induksi dan memengaruhi orang lain serta menyamakan persepsi.
- ✓ Mampu menghapus program negatif pada diri sendiri maupun membantu orang lain, dan menggantikannya dengan program positif.

- ✓ Strategi efektif mengatasi mental-block, kebiasaan buruk seperti sering menunda-nunda dan membangun sumber motivasi diri.
- ✓ Mengontrol state (kondisi mental), mengeliminir negative state dan mempertahankan positive state untuk berunjuk kinerja tinggi.
- ✓ Mengatasi limiting beliefs.
- ✓ Mengatasi konflik emosional, dan emosi-emosi negatif sepert: rasa takut, kemarahan, luka batin, kemurungan, duka cita mendalam, rasa bersalah dan kekhawatiran.
- ✓ Strategi mencapai goals dan outcomes.
- ✓ Kecakapan menggunakan suggestive language untuk membantu seseorang masuk ke dalam trance.
- ✓ Mencapai impian-impian.

Silabus / Materi :

NLP: WHAT & WHY

Apa itu NLP dan mengapa NLP perlu dipelajari

HISTORY & ORIGINS OF NLP

Memahami sejarah NLP: Classic Code, New Code, Neo NLP

PILLARS OF NLP

Rapport, Outcome, Sensory Acuity, Behavioural Flexibility

THE PRESUPPOSITIONS OF NLP

Memahami prinsip-prinsip yang membentuk fondasi NLP

NLP MODELS OF THE WORLD

External Events, Filters, Internal Representation, State, & Physiology, Behaviour

REPRESENTATIONAL SYSTEMS & MODALITIES

Visual, Auditory, Kinesthetic, Olfactory, & Gustatory

SUBMODALITIES

Elicitation, Re-map, Map Across, Critical Driver, Contrastive Analysis

STATE & EMOTION

State Management: Understanding, Awareness, Alteration

ANCHORS & ANALOGUE MARKING

Anchoring Process; Sliding, Chaining, Stacking, & Collapsing Anchors

META MODEL

Deletion, Distortion, & Generalization

MILTON MODEL

Patterns in Metaphors, Indirect Elicitation, Semantic Ill-formedness, dll

META PROGRAMS

Sameness-Difference, Towards-Away, General-Specific, Procedure-Options, dll

RAPPORT

Verbal & Non-verbal, Matching, Mirroring, Pacing, dll

FRAME

Outcome, Ecology, Evidence, As-if, Contrast, Agreement, Backtrack Frame

REFRAMING

Content & Context Reframing

WELL-FORMED OUTCOME

8 Prinsip merancang dan menerapkan WFO

NLP Modeling

Simple & Complex Modeling

NLP Patterns & Techniques

Swish Patterns, Fast Phobia Cure, Circle of Excellence, Six Step Reframing, dll

Fasilitas :

Diktat Neo NLP Practitioner

Lunch & 2x Coffee Break

Sertifikat NNLP Practitioner

Disertifikasi oleh organisasi NLP terbesar di Indonesia

Keanggotaan Neo NLP Society 1 tahun (dapat diperpanjang)

Info Lengkap :

http://pusatnlp.com/nlp-practitioner

LEVEL 2 – CERTIFICATION MASTER PRACTITIONER

Outcome / Goals :

Program ini dirancang bagi Anda yang ingin memahami NLP sampai pada level Master (Advance) secara cepat dengan tidak meninggalkan aspek-aspek penting dalam pembelajaran NLP. Materi pembelajaran diberikan sesuai dengan kurikulum dari Neo NLP Society Indonesia.

Silabus / Materi :

* Pemantapan NLP Classic Code
* Sistemic NLP
* Mental Map
* Advanced Edit Submodality
* The Neuro Logical Level Network
* State Engineering
* Design Human Enginering (DHE)
* Symbolic Modelling and Clean Language
* The Meta Domain Model: Meta Model, Meta States, Meta Programs

* Meta Mirror

* Disney Strategy

* NLP New Code: New Code Change Format,

New Code NLP Game (Color game, Nasa Game, Alphabet Game),

Sanctuary, N State Reframing, Walking State, Breath of Life, dll

Fasilitas :

Diktat Neo NLP Master Practitioner

Lunch & 2x Coffee Break

Sertifikat NNLP Master Practitioner

Disertifikasi oleh organisasi NLP terbesar di Indonesia

Keanggotaan Neo NLP Society 1 tahun (dapat diperpanjang)

Kesempatan untuk Mengikuti Kelas Trainer NNLP

Info Lengkap :

http://pusatnlp.com/nlp-master

Indonesian NLP Center

www.PusatNLP.com

PT SOBAT INSPIRASI INDONESIA

Jl. Pondok Betung Raya No.87A, Bintaro Sektor 3

Tangerang Selatan

Telp: (021) 737 4496

Atau

SMS: 0856 900 5878